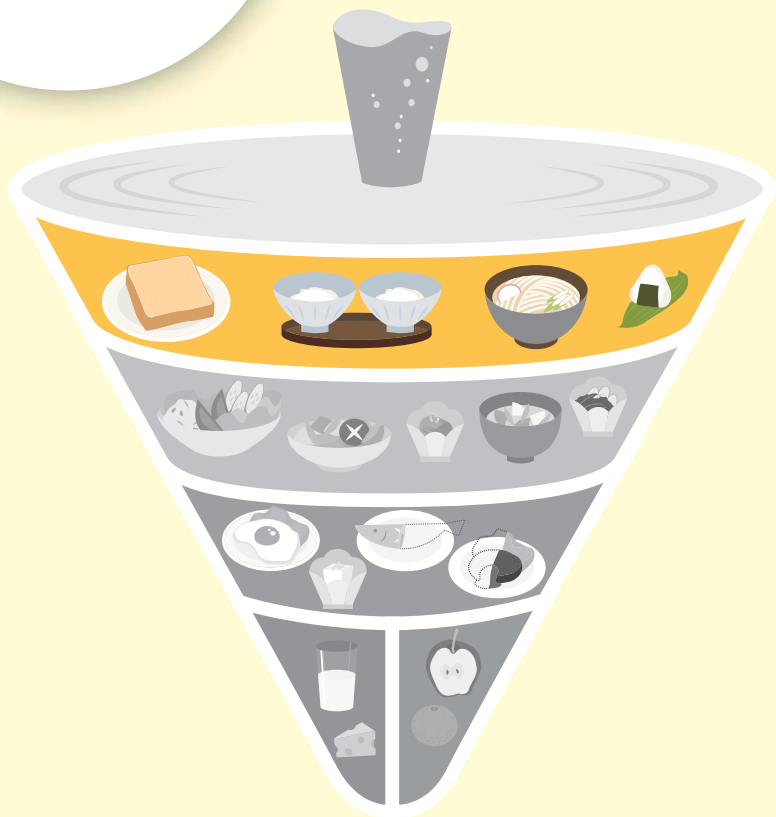


主食

きちんと食べていますか？



この料理の「つ(SV数)」

つ / 5~7つ
(1日分の目安)

商品名

ひとくち
メモ

料理
グループ

「主食」とは、炭水化物の供給源であるごはん、パン、麺、パスタなどを主材料とする料理です。